

- Cieszę się, że Powiat Wąbrzeski nie jest białą plamą na mapie Polski, jeśli chodzi o pomoc osobom z zaburzeniami psychicznymi – mówi w rozmowie z Dziennikiem Warto Wiedzieć Justyna Przybyłowska, dyrektor Powiatowego Centrum Pomocy Rodzinie w Wąbrzeźnie.

Dziennik Warto Wiedzieć: Ochrona zdrowia psychicznego w Polsce pozostawia wiele do życzenia. Są jednak przykłady inicjatyw lokalnych, które pokazują, że można efektywnie pomóc osobom z zaburzeniami psychicznymi. Dobrymi praktykami może poszczycić się Powiat Wąbrzeski (woj. kujawsko-pomorskie).

Justyna Przybyłowska: Zacznę może od przybliżenia specyfiki Powiatu Wąbrzeskiego. Liczy on niespełna 35 tys. mieszkańców. To mały powiat. Jego powierzchnia wynosi 502 km kw. Powiat jest typowo rolniczy, nie ma przemysłu, zaplecza, gdzie można się rozwijać. Ciężko jest z poszukiwaniem sponsorów.

Natomiast wskaźnik występowania osób powyżej 15 roku życia z niepełnosprawnością w powiecie to 14,11%. To dużo. Jak na tak mały powiat to nawet bardzo dużo. Osób z niepełnosprawnością jest ok. 4900.

Na terenie powiatu są tylko trzy przychodnie zdrowia psychicznego dla osób dorosłych. Nie ma poradni dla dzieci.

DWW: Kolejki pewnie są ogromne...

JP: Tak. Dlatego z myślą o dzieciach w ubiegłym roku, w partnerstwie z Regionalnym Ośrodkiem Polityki Społecznej w Toruniu oraz pozostałymi 18 powiatowymi centrami pomocy rodzinie i 4 miejskimi ośrodkami pomocy rodzinie złożyliśmy wniosek do marszałka na realizację projektu „Rodzina w Centrum”, w ramach którego realizujemy m.in. poradnictwo psychiatryczne dla rodzin. Nie jest to leczenie a wstępna diagnoza. Jeśli zdarza się, że są dzieci w kryzysie, istnieje możliwość pierwszej i jak najszybszej diagnozy.

DWW: To nowy projekt. Jakie działania na rzecz osób niepełnosprawnych, w tym osób z zaburzeniami psychicznymi podejmowało już Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie?

JP: Jako PCPR zawsze staraliśmy się myśleć o działaniach edukacyjnych. Jestem w Centrum od samego początku, od 1999 r. Miałam przyjemność uczestniczenia i tworzenia różnego rodzaju inicjatyw, które w nim powstawały. Muszę powiedzieć, że zawsze myśleliśmy o osobach zagrożonych. Staraliśmy się szkolić i takie osoby, i ich rodziny, a także i kadrę pomocy społecznej. Trzeba bowiem pamiętać o tym, aby kształcić siebie. No bo jeśli my nie będziemy wiedzieli, jak mamy pracować z rodzinami, to będzie nam bardzo trudno. A problemów, o których warto rozmawiać jest naprawdę wiele.

Podczas szkoleń podejmujemy różne tematy, także te często przemilczane jak na przykład kwestie potrzeb seksualnych osób z niepełnosprawnością. Dwukrotnie podchodziliśmy do tego problemu. Są fachowcy i w tym zakresie, także na terenie naszego województwa, z których wiedzy i porad można skorzystać i my to robimy. Szkoliliśmy też rodziców zastępczych, jak np. rozpoznawać symptomy różnych chorób także psychicznych u dzieci, które przyjmują do swoich domów. One często są bez diagnozy i trzeba im pomóc.

DWW: Jakim zapleczem pomocowym dysponuje powiat?

JP: Mamy jeden dom pomocy społecznej dla przewlekle psychicznie chorych, koedukacyjny dla 75 osób. Poza tym są dwa środowiskowe domy samopomocy, w których łącznie może przebywać 90 osób. W planach jest kolejny, w którym będzie 40 miejsc. Mamy warsztat terapii zajęciowej - dla 50 uczestników. Jest też specjalny ośrodek szkolno-wychowawczy oraz poradnia pedagogiczno-psychologiczna. Na terenie powiatu znajduje się również powiatowy zespół do spraw orzekania o niepełnosprawności oraz zakład aktywności zawodowej. Ten ostatni prowadzi działalność rekreacyjno-sportową (kręgielnia, squash, siłownia, fitness, wielofunkcyjne boisko, masaż, kawiarnia, punkt krawiecki).

Od 2008 r. do 2014 r. realizowaliśmy projekty systemowe i konkursowe w ramach POKL, w których uczestniczyły osoby z niepełnosprawnościami, w tym osoby z zaburzeniami psychicznymi. W ubiegłym roku postanowiliśmy zrealizować projekt, który był skierowany tylko do osób z zaburzeniami psychicznymi. Nosił nazwę „Razem możemy więcej” i był realizowany w ramach programu Ministra Rodziny, Pracy i Polityki Społecznej „Oparcie społeczne dla osób z zaburzeniami psychicznymi” współfinansowany z dotacji otrzymanej z Ministerstwa Rodziny, Pracy i Polityki Społecznej. Beneficjentem był Powiat Wąbrzeski, a realizatorem PCPR. Projekt trwał blisko pół roku.

DWW: Proszę coś o nim opowiedzieć.

JP: Głównym celem projektu było wsparcie dla rodzin osób z zaburzeniami psychicznymi poprzez organizację i prowadzenie warsztatów dla rodziców lub opiekunów. Znaczenie miały także: wzrost aktywności społecznej, kulturalnej i psychofizycznej osób niepełnosprawnych; podniesienie kwalifikacji kadry zaangażowanej w proces rehabilitacji społecznej osób niepełnosprawnych i podniesienie umiejętności pracy z osobami niepełnosprawnymi. Celem była także sama integracja osób niepełnosprawnych z zaburzeniami psychicznymi z lokalnym środowiskiem. W projekcie wzięło udział 10 osób z zaburzeniami oraz tyle samo ich rodziców bądź opiekunów. W rekrutacji mogły brać udział osoby z zaburzeniami psychicznymi potwierdzonymi w ważnym orzeczeniu o niepełnosprawności, pełnoletnie, zamieszkujące teren powiatu wąbrzeskiego, nie objęte żadnym wsparciem instytucjonalnym.

W ramach projektu odbyły się wyjazdowe warsztaty. Osoby z niepełnosprawnością uczestniczyły w zajęciach rehabilitacyjnych i animacyjnych: ukazujących kulturę i sztukę, jako terapię ułatwiającą uwolnienie emocji; motywujących do poszukiwania odpowiedniej formy zaangażowania się w sztukę; obejmujących elementy scenek i zabaw o charakterze teatralnym i działaniach plastycznych; ćwiczenia i zabawy ruchowe na świeżym powietrzu.

DWW: Odbył się także wyjazd nad morze.

JP: Dla niektórych był to pierwszy raz nad morzem. W ramach wyjazdu uczestnicy projektu skorzystali z zabiegów rehabilitacyjnych, zajęć ruchowych na plaży nordic-walking, zajęć na boisku wielofunkcyjnym. Odbyli wycieczkę rowerową. Mieli zapewniony bogaty program kulturalny i integracyjny – wieczory przy muzyce, grill, konkursy karaoke oraz wycieczkę z przewodnikiem do Zamku Książąt Pomorskich w Darłowie, zwiedzanie Darłowa, przejazd tramwajem wodnym. Wyjazd pozytywnie wpłynął na samopoczucie uczestników, poprawił ich kondycję fizyczną i psychiczną.

Uczestnicy projektu skorzystali ponadto z warsztatów terapii zajęciowej oraz z rękodzieła. Grupa wykonywała obrazki techniką decoupage oraz kartki techniką scrapbookingu, czyli budowania kartki w

technice 3D. Celem warsztatów było wyciszenie negatywnych emocji uczestników, wypracowanie lub pogłębienie zainteresowań oraz podniesienie samooceny i poprawę samopoczucia.

Odbyły się także warsztaty fotograficzne z udziałem kosmetyczki. W ich trakcie omówiono: rodzaje aparatów i rodzaje fotografii, zasady dobrego portretu (oświetlenie modela, ustawienie modela, rodzaje światła w czasie sesji). Przedstawiono były zagadnienia dotyczące pielęgnacji ciała i twarzy, sposoby malowania się. Uczestnicy zajęć zostali także pomalowani przez kosmetyczkę. Potem zrobiono im zdjęcia. Nie mogłam ich poznać, tak pięknie wyglądali. Tego typu warsztaty poprawiają samopoczucie, wywołują uśmiech na twarzy.

Częścią projektu było również szkolenie dla kadry pracującej z osobami z zaburzeniami psychicznymi dotyczące agresji i autoagresji osób z zaburzeniami psychicznymi.

Projekt zwieńczyły obchody Światowego Dnia Zdrowia Psychicznego. Podczas spotkania podsumowano projekt, przedstawiono prace uczestników wykonane w trakcie warsztatów z rękodzieła i zdjęć wykonanych w trakcie warsztatów fotograficznych. Wręczono upominki uczestnikom projektu i wysłuchano koncertu kwartetu smyczkowego Kujawsko-Pomorskiego Stowarzyszenia „Razem Możemy Więcej”.

DWW: Jaki był koszt projektu?

JP: Koszt całkowity projektu wyniósł 43.802,15 zł, w tym koszty pokryte z dotacji to 35.041,72 zł.

DWW: Jakie rezultaty przyniosła ta inicjatywa?

JP: Było ich sporo. Przed wszystkim wzrost umiejętności radzenia sobie z sytuacjami trudnymi, stresowymi u rodziców i opiekunów oraz u osób z zaburzeniami psychicznymi. Także wzrost kompetencji społecznych u uczestników projektu, w tym świadomości społecznej rodzin oraz poprawa samooceny uczestników.

Osoby niepełnosprawne poprawiły zdolności nawiązywania kontaktów z otoczeniem i wchodzenia w relacje społeczne. Kadra pracująca z osobami z zaburzeniami psychicznymi usystematyzowała swoją wiedzę. Co jeszcze? Podniosła się także świadomość lokalnego środowiska na temat problemu zdrowia psychicznego.

DWW: Serdecznie dziękuję za rozmowę.